MANUALE D'USO

macchina del pane intelligente

www.macchinadelpanesana.it

L'ossidazione della farina inizia subito dopo la macinatura, ciò purtroppo significa un calo graduale dei valori nutritivi. Quando a casa aprite la confezione di farina integrale, non contiene più i valori nutritivi che aveva all'inizio. Quindi, come avere sempre la farina fresca, non stantia? Acquistate il mulino per grano Sana col quale macinate la farina fine e grossolana da ogni tipo di grano asciutto, mais compreso. Il motore da 360 watt e le macine estremamente lunghe macinano 100 g di grano in un minuto. Non è necessario usare gli additivi o conservanti, grazie alla temperatura bassa di macinatura si preservano gli oli essenziali e le vitamine. I prodotti ottenuti da questa farina nutrono e curano l'organismo affaticato dalla farina bianca.

FARINA BIANCA E INTEGRALE
La farina bianca, rispetto a quella integrale, contiene meno del 60% di calcio, 76% di ferro, 85% magnesio, 78% zinco, 77% vitamina B1, 80% vitamina B2 e 86% vitamina E.

CONTENUTO:

IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Rodaggio della macchina: Prima di utilizzare la macchina bisogna "rodare" la resistenza interna della stessa. Selezionare il programma di cottura n. 4 e impostare a 15 minuti e a 180 °C, poi collocare la macchina sotto la cappa aspirante con il coperchio aperto e premere lo start. Vi ricordiamo con il coperchio aperto!

Prima dell'utilizzo rispettare le seguenti istruzioni essenziali di sicurezza:

1. Leggere attentamente tutte le istruzioni prima dell'uso.
2. Controllare se la tensione della presa corrisponde alla tensione riportata sulla targa dell'apparecchio.
3. Non utilizzare l'apparecchio con la spina o il cavo danneggiato, se la macchina è guasta, vi è caduta per terra o è danneggiata. Restituire l'apparecchio al costruttore o portarlo al centro di assistenza per la verifica, riparazione o modifica dei componenti elettrici o meccanici.
4. Non toccare le superfici calde. Usare le maniglie o guanti da forno.
5. Non immergere il cavo, la spina o il corpo macchina nell' acqua o in altri liquidi. Pericolo di scossa elettrica.
6. Staccare l'apparecchio dalla presa se non è usato per alcune ore, ed anche prima dello smontaggio e pulizia.
7. Non lasciare pendere il cavo oltre gli spigoli vivi, non portare il cavo a contatto con superfici calde.
8. L'uso di accessori non raccomandati dal costruttore possono causare lesioni alle persone.
9. L'utilizzo dell'apparecchio non è indicato a persone con capacità fisiche, sensoriali e mentali limitate (bambini compresi). In caso di utilizzo dell'apparecchio da parte di queste è necessaria la supervisione di persone competenti.
10. Non appoggiare l'apparecchio sul fornello caldo o nelle vicinanze, non metterlo nel forno caldo.
11. Porre massima attenzione in caso di spostamento dell'apparecchio quando questo contiene l'olio o altri liquidi caldi.
12. Non toccare le parti in movimento o rotanti durante la cottura.
13. Non avviare l'apparecchio senza aver prima inserito correttamente il recipiente di cottura con gli ingredienti.
14. Non forzare la rimozione del recipiente di cottura dalla macchina per non causare i danni alla macchina.
15. Non introdurre nella macchina del pane i materiali che non sono destinati alla cottura, pericolo d'incendio o di scossa elettrica.
16. Non coprire la macchina del pane con l'asciugamano o simili materiali, poiché il calore e il vapore devono uscire liberamente, altrimenti incombe il pericolo d'incendio.
17. Spegnere la macchina del pane e tutte le sue funzioni prima di staccarla dalla fonte di corrente elettrica.
18. Non usare l'apparecchio in modo inopportuno.
19. L'apparecchio è dotato di spina con massa. Assicurarsi che la Vostra presa sia messa a terra correttamente.
20. L'apparecchio non è destinato all'uso esterno.
21. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal costruttore, dal tecnico autorizzato o comunque da una persona qualificata.
22. L'apparecchio non è controllato dal telecomando.
23. Conservare le presenti istruzioni per l'uso futuro.

SANA SMART BREAD MAKER

Sana = Macchina del pane "intelligente" per la vostra salute e il vostro divertimento

- 7 programmi impostabili
- Cottura di pagnotte grandi e piccole (da 0,5 fino a 1,7 kg)
- I programmi più usati sono sdoppiati.
- Gli impastatori non rimangono all'interno del pane.
- Riesce a impastare anche miscele di segale.
- La cottura senza additivi "artificiali" e materiali privi di teflon (utilizza l'inox).
- Possibilità di prepararsi il proprio lievito naturale.
- Impastatura veloce.
- Termostato digitale per vari tipi di fermentazione – con la precisione di 1 °C!
- Lievitazione a due fasi per la tradizionale preparazione del lievito naturale e degli impasti a lievito naturale.
- Cottura a tre fasi che consente l'impostazione della cottura personalizzata.
- Riscaldamento dei cibi con temperature variabili.
- Molti accessori.
- L'uso semplice "intuitivo".
- Basso consumo energetico– circa 8 centesimi per una pagnotta grande!

Assorbimento:	circa 815 W
Dimensioni:	lar. 40 x altez. 30 x lungh. 24 cm
Peso:	circa 10 kg

CONFEZIONE CONTIENE:

(in base alla versione acquistata)

	La macchina del pane in tre versioni: BASIC – STANDARD – EXCLUSIVE Telaio in inox, camera cottura in lamiera zincata, parte superiore traslucida, pulsanti sensoriali in vetro	**7,5 kg**
	Recipiente in alluminio e teflon, impastatori per pagnotte fino a 1,7 kg Versione: BASIC	**0,5-1 kg**
	Recipiente in inox + impastatori in inox per pagnotte fino a 1,7 kg Versione: STANDARD – EXCLUSIVE	**0,5-1 kg**
	Kit baguette è composto dal supporto di metallo duro e da due forme in alluminio Versione: EXCLUSIVE	**0,4 kg**
	Kit Tempeh è la ciotola in inox con due coperchi di vetroceramica per la produzione tradizionale di formaggi Tempeh. Versione: EXCLUSIVE	**1 kg**
	Termometro ad ago Versione: STANDARD	**---**

	Termometro polifunzionale con la temperatura di allarme e temporizzatore a ore e a minuti Versione: EXCLUSIVE	---
	Misurino piccolo e grande per tutti tipi + gancetto per tirare fuori gli impastatori +1 paio di impastatori in alluminio	---
Materiale d'imballo	Cartone compreso elementi di protezione	**1 kg**
TOTALE	**cca**	**10 kg**

PROGRAMMI

Imparate a usare un solo programma e gli altri saranno per Voi facilissimi!

N.	TIPO PROGRAMMA	ESEMPI D'USO
1	1°programma principale	Pane, impasto, baguette ... (impostazione per la ricetta più usata)
2	2°programma principale	Uguale al programma n. 1 (di solito per la seconda ricetta più usata)
3	3°programma principale	Uguale al programma n. 1 (per es. personalizzati e ricette speciali)
4	Cottura	Sola cottura (per es. per pane precotto e le specialità)
5	Marmellata	Impostabile non solo per marmellate, ma anche per lo strutto e ciccioli di maiale
6	1°fermentazione	Fermentazione a tre fasi - per la preparazione dei cibi fermentati
7	2° fermentazione	Uguale al programma n. 6

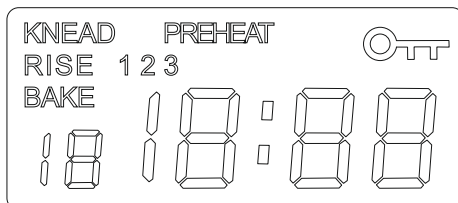
DISPLAY

FASE PROGRAMMI

impastatura, preriscaldamento

lievitazione 1, 2, 3

cottura

n. programma

DESCRIZIONE

lucchetto tasti

4 numeri grandi per temperature e tempi, per es.:

10:25 (10 ore 25 min.)

12 0 ° (120 °C)

PAUSA + IMPOSTAZIONE TEMPI E TEMPERATURE (aumento)

premere per 1 sec. accende/spegne pausa

IMPOSTAZIONE TEMPI + TEMPERATURE (ribasso)

premendo il tasto, i valori decrescono più velocemente

VISUALIZZAZIONE TEMPERATURA

mostra la temperatura impostata del programma corrente (non imposta la temperatura)

MENU

seleziona programmi 1 - 7

FUNZIONI - PASSI

Accompagna ai singoli passi (fasi) di tutti i programmi

LUCE / SUONO

Accende o spegne la luce-mass. per 15 sec.

Premendo per 2 sec. spegne/accende suono

BLOCCO TASTI

Premendo per 2 sec. abilita/blocca la tastiera

START / STOP

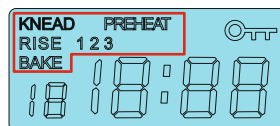
Premendo per 2 sec. avvia/arresta programma.

Breve pressione ritorno al programma nella posizione base + somma il tempo.

COMANDI DELLA MACCHINA DEL PANE E IMPOSTAZIONE PROGRAMMI

Inserire il cavo nella presa. La macchina del pane si avvia automaticamente.

Premendo il tasto Menu selezionare il programma desiderato.

Il tasto funzioni vi porta a singoli passi per inserire valori nel programma selezionato.

I Tasti „+" e „-" aumenta/diminuisce la temperatura e aumenta/diminuisce il tempo di singoli programmi.

Cliccando il tasto, i valori ritornano ai valori di partenza. Cliccando nuovamente termina l'impostazione dei valori e si somma il tempo totale. Premendo il tasto per 2 secondi si avvia il programma selezionato e impostato.

Durante il ciclo di cottura potete fermare la macchina tenendo premuto per 2 sec il tasto „PAUSE". Premendo e mantenendo premuto il tasto la macchina si riavvia.

Programma arrestato: Premendo il tasto per 2 sec. blocca/sblocca i tasti (la chiave sul display lampeggia 5 minuti fino allo spegnimento).

Programma avviato: mantenendo premuto il tasto per 2 sec. blocca/sblocca i tasti per sempre (la chiave sul display accesa/spenta).

VALORI MINIMI E MASSIMI PER IMPOSTAZIONE DEI PROGRAMMI PRINCIPALI

PROGRAMMA N. 1 + 2 + 3

Programmi principali Programma n. 1 Programma n. 2 Programma n. 3	DESCRIZIONE PROGRAMMI COTTURA	Impostazione tempi OFF=0
Start rimandato Preriscaldamento	Impost. inizio avviamento Impostazione temperatura preriscaldamento	0 – 10 ore 20 – 55 °C
Impastatura 1 (Knead 1)	Impostazione tempo di impastatura Velocità di impastatura: P0=0 %, P1=10 %, P2=50 %, P3=100 %	0 – 15 min. P=0, P =1, P =2, P=3
Lievitazione 1 (Rise 1)	Impostazione tempo lievitazione	0 – 5 ore 20 – 55 °C
Impastatura 2 (Knead 2)	Impostazione tempo di impastatura Velocità di impastatura: P0=0 %, P1=10 %, P2=50 %, P3=100 %	0 – 15 min. P=0, P =1, P =2, P=3
Lievitazione 2 (Rise 2)	Impostazione tempo lievitazione	0 – 5 ore 20 – 55 °C
Cottura 1 (Bake 1)	Impost. tempo di cottura + temp. di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C
Cottura 2 (Bake 2)	Impost. tempo di cottura + temp. di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C
Cottura 3 (Bake 3)	Impost. tempo di cottura + temp. di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C

Ogni funzione del programma 1, 2 o 3 ha 2 passi d'impostazione (per es. tempo + temperatura).

Start rimandato (o preriscaldamento) viene spesso usato per pane con un lievito veloce. In caso di "cottura Sana" con il lievito naturale, questa funzione non viene usata, poiché la lievitazione naturale che richiede più tempo è migliore di quella con avvio ritardato. In più, versando la farina nell'acqua senza una miscelazione quasi immediata, la miscela diventa non omogenea. Un altro problema dello start rimandato è la perdita del controllo dell'impastatura e della consistenza dell'impasto.

Impastatura 1. Abbiamo scoperto che è efficace iniziare il programma con il passo successivo, cioè l'impastatura veloce, che lavora con la massima velocità del motore (indicato come potenza „P=3"). In tale impostazione, la macchina riesce a impastare anche l'impasto di grandi volumi in soli 2 minuti! Con 1 minuto di riserva siamo a 3 minuti. Se volete prolungare l'impastatura (per es. la consistenza inadatta o gran quantità di semi o di cereali bolliti), basta arrestare il programma e riavviarlo nuovamente per iniziare dal principio.

Come potete vedere, con questo metodo non serve nessuna tramoggia speciale, quindi non incombe pericolo di eventuali guasti della tramoggia automatica.

Dato che si può attendere qualche minuto per la fine dell'impastatura, potete togliere gli impastatori. Si tratta del sistema più sofisticato degli impastatori, poiché non rimangono nel pane! Anche in questo caso non è presente nessun pericolo legato ai guasti del meccanismo di scarico.

Un altro vantaggio è la possibilità di lisciare la superficie dell'impasto con le dita bagnate.

Se lavorate volentieri la segale, potete impastare l'impasto del 100% di segale nonostante non contenga il glutine che aiuta a rinfilare l'impasto agli impastatori, poiché è davvero facilissimo tramite una spatola di legno togliere l'impasto dalle pareti e spingerlo verso gli impastatori. Grazie all'impastatura veloce (P=3) potete preparare l'impasto di segale in 3 minuti!!

Un altro punto vantaggioso dell'impastatura veloce: L'impastatura controllata che dura circa 2 minuti logora molto meno le trasmissioni e i cuscinetti rispetto alla impastatura di 20 minuti, che è di solito usata dalle macchine tradizionali per pane!

- Per l'impastatura veloce (quindi la potenza del motore massima "P=3") non impostare il tempo superiore a 3 o 5 minuti, per non surriscaldare e non danneggiare il motore! Raccomandiamo di usare l'impastatura veloce, ma breve "P3" anche perché logora meno i singoli componenti!

Lievitazione 1. La lievitazione è talmente variabile che è possibile impostare il processo veloce con il lievito industriale, la lievitazione lenta con il lievito naturale e anche la speciale lievitazione a due fasi.

Impastatura 2. La veloce impastatura tra la lievitazione 1 e 2 si usa raramente per il pane fresco. Anche se l'impasto diventa più vivo, lievitato e bello, non significa che la qualità è migliore, perché l'ossidazione aggiuntiva danneggia le sostanze nutritive importanti. Se invece volete ogni tanto fare i dolci molto porosi, questo metodo è molto adatto.

Lievitazione 2. Di solito si salta. Se però per alcune ricette di lievito naturale non bastassero 5 ore di lievitazione 1, si potrebbe continuare per altre 5 ore con la lievitazione 2. Chi ha le conoscenze approfondite sulla lievitazione a due fasi, sicuramente userà questa funzione.

Cottura 1, 2, 3. La cottura a tre fasi è una novità che solo ora consente di impostare l'andamento voluto delle temperature durante la cottura.

IMPOSTAZIONE DELLA RICETTA DI BASE SECONDO GLI INGREDIENTI SOTTO RIPORTATI:

Esempio di impostazione del pane di base nell' programma n. 1 - senza coperchi di risparmio

Non dimenticare che per il pane di base basta solo l'acqua e la farina. Gli altri ingredienti sono solo integratori che si mettono in proporzione! In base ai risultati bisogna perfezionare.

500 g di acqua, 700 g di farina, 150 g di lievito naturale, 5 g di sale, 2 cucchiai d'olio, spezie e semi a volontà (per i lieviti industriali veloci modificare il tempo di lievitazione secondo le istruzioni del produttore)

Start rimandato Preriscaldamento	OFF - - °C	0 minuti – funzione spenta Con funzione spenta, la temperatura non s'imposta
Impastatura 1 (Knead 1)	0:03 ore P = 3	Se non basta mescolare 3 min., con nuova accensione si ottengono altre 3 min. P 3 è la velocità massima del motore = impastatura veloce (raccomandato)
Lievitazione 1 (Rise 1)	2:00 ore 27 °C	A quantità ideale del lievito naturale La temperatura ottimale del lievito naturale e gli impasti a lievito naturale è 26-28 °C
Impastatura 2 (Knead 2)	OFF P = - -	0 minuti – funzione spenta Potenza (velocità) motore – spento
Lievitazione 2 (Rise 2)	2:00 ore 37 °C	A quantità ideale del lievito naturale La temperatura ideale del lievito naturale e gli impasti a lievito naturale è 36-38 °C
Cottura 1 (Bake 1)	1:50 ore 140 °C	Per una preparazione più salutare selezionare i tempi di cottura più lunghi e le temperature basse
Cottura 2 (Bake 2)	0:22 ore 170 °C	Per la cottura finale (circa 22 min.) serve la temperatura più alta. Senza coperchio per risparmio, il tempo sarebbe troppo lungo!
Cottura 3 (Bake 3)	OFF min - - °C	Tempo della 3. cottura è qui spento Con funzione spenta la temperatura non si imposta
TEMPO TOTALE	6 : 15	Il pane sarà pronto in 6 ore e 15 minuti

<u>Esempio di impostazione del pane di base nel programma n. 2</u> - con il coperchio di risparmio

Non dimenticare che per il pane di base basta solo l'acqua e la farina. Gli altri ingredienti sono solo integratori che si mettono in proporzione! In base ai risultati bisogna perfezionare.

500 g di acqua, 700 g di farina, 150 g di lievito naturale, 5 g di sale, 2 cucchiai d'olio, spezie e semi a volontà (per i lieviti industriali veloci modificare il tempo di lievitazione secondo le istruzioni del produttore)

Start rimandato Preriscaldamento	OFF - - °C	0 minuti – funzione spenta Con funzione spenta, la temperatura non s'imposta
Impastatura 1 (Knead 1)	0:03 ore P = 3	Se non basta mescolare 3 min., con nuova accensione si ottengono altre 3 min. P 3 è la velocità massima del motore = impastatura veloce (raccomandato)
Lievitazione 1 (Rise 1)	2:00 ore 27 °C	A quantità ideale del lievito naturale La temperatura ideale del lievito naturale e gli impasti a lievito naturale è 26-28 °C
Impastatura 2 (Knead 2)	OFF P = - -	0 minuti – funzione spenta Potenza (velocità) motore – spento
Lievitazione2 (Rise 2)	2:00 ore 37 °C	A quantità ideale del lievito naturale La temperatura ottimale del lievito naturale e gli impasti a lievito naturale è 36-38 °C naturale è 36-38 °C
Cottura 1 (Bake 1)	0:22 ore 150 °C	Per una preparazione più salutare selezionare i tempi di cottura più lunghi e le temperature basse. Con i coperchi di risparmio, la temperatura media può essere più bassa.
Cottura 2 (Bake 2)	1:15 ore 140 °C	Con il coperchio di risparmio non occorre aumentare il tempo o la temperatura finale.
Cottura 3 (Bake 3)	OFF min - - °C	Tempo della 3. cottura è qui spento. Con funzione spenta il temperatura non si imposta.
TEMPO TOTALE	5 : 40	Il pane sarà pronto in 5 ore e 40 minuti

In totale 16 passi per impostare una ricetta. Modificare i valori in base ai risultati! Da notare quanta energia si consuma senza l'uso dei coperchi di risparmio in vetro.

Non dimenticare che il termometro ha sempre l'ultima parola per la verifica del termine della cottura!

Se nella parte più fredda del pane misurate circa 95 °C, significa che il pane è pronto (vedi il capitolo RECIPIENTE IN INOX).

In caso di pagnotte piccole (per es. 0,5 fino a 1 kg) è necessario abbassare opportunamente la temperatura e/o il tempo di cottura. Anche questo potete verificare facilmente con il termometro ad ago!

PROGRAMMA N. 4 – COTTURA E COTTURA A BASSE TEMPERATURE IN 3 FASI

Cottura Programma n. 4	PROGRAMMA - descrizione	Impostazione tempi OFF=0
Cottura 1 (Bake 1)	Impostazione primo tempo di cottura + temperatura di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C
Cottura 2 (Bake 2)	Impostazione secondo tempo di cottura + temperatura di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C
Cottura 3 (Bake 3)	Impostazione tempo finale di cottura + temperatura di cottura	0 – 2 ore 50 – 230 °C

In totale 6 passi per l'impostazione di una ricetta - 2 passi per ogni funzione.

Se siete riusciti ad impostare il primo programma, siete in grado di impostare programmi 2 e 3 che sono uguali e anche la cottura autonoma del programma n. 4.

L'uso della cottura autonoma è molto ampio, dalla cottura del pane, paste salate o panettone fino alla preparazione speciale di carni e verdure a temperature basse. Aspettiamo anche le Vostre nuove ricette!

Le ricette di base per la cottura a bassa temperatura le troverete nel nostro ricettario che fa parte del presente manuale!

PROGRAMMA N. 5 – MARMELLATA
(anche qui è possibile preparare il grasso, ciccioli ecc.)

Marmellata Programma n. 5	PROGRAMMA - descrizione	Impostazione (0 = OFF)
Mescol. + cottura 1	Impost. tempo Impost. temper. Velocità impast.: P=0, P=1 (10 %), P=2 (50 %), P=3 (100 %)	0 – 2 ore 50 – 230 °C P=0, P=1, P=2, P=3
Mescol. + cottura 2	Impost. tempo Impost. temper. Velocità impast.: P=0, P=1 (10 %), P=2 (50 %), P=3 (100 %)	0 – 2 ore 50 – 230 °C P=0, P=1, P=2, P=3
Mescol. + cottura 3	Impost. tempo Impost. temper. Velocità impast.: P=0, P=1 (10 %), P=2 (50 %), P=3 (100 %)	0 – 2 ore 50 – 230 °C P=0, P=1, P=2, P=3

In totale 9 passi per l'impostazione di una ricetta - 3 passi per ogni funzione.

Ci sono funzioni supplementari anche per il programma di marmellate. Se volete mescolare e cambiare le temperature in modo variabile, non cè nessun problema. Potete scegliere non solo la velocità di miscelazione da 0 a 100 %, ma anche i vari tempi e andamenti di temperature durante il riscaldamento. La novità è la possibilità di preparare "ciccioli succosi o croccanti “ e lo strutto - ricette preferite dei buongustai!

Buon consiglio: *Se possibile, coprire il recipiente di cottura con i coperchi di vetro, per evitare la condensa eccessiva nella macchina. Inoltre, si risparmia tanta energia, poiché per la cottura non occorre impiegare la temperatura troppo alta.*

Esempio d'impostazione semplice della marmellata in programma n. 5		
Mescol. + cottura 1	15 minuti 190 °C P=0	1. passo - impostazione tempo di preriscaldamento 2. passo - temperatura di preriscaldamento 3. passo - miscelazione spenta
Mescol. + cottura 2	60 minuti 170 °C P=1	4. passo - tempo di riscaldamento 5. passo - temp. di riscaldamento 6. passo - miscelazione 1 è 10 %
Mescol. + cottura 3	30 minuti 50 °C P=0	7. passo - tempo di raffreddamento 8. passo - temperatura minima 9. passo - impastatori spenti

PROGRAMMA N. 6 + 7 – FERMENTAZIONE = RISE

Fermentazione Programma 6 Programma 7	PROGRAMMA - descrizione	Impostazione tempo OFF=0
Fermentazione 1	Impostazione tempo Temperatura lievitazione (sensibilità 1 °C) Impostazione velocità riscaldamento (max=t4)	0 – 20 ore 20 – 100 °C t1, t2, t3, t4
Fermentazione 2	Impostazione tempo Temperatura lievitazione (sensibilità 1 °C) Impostazione velocità riscaldamento (max=t4)	0 – 20 ore 20 – 100 °C t1, t2, t3, t4
Fermentazione 3	Impostazione tempo Temperatura lievitazione (sensibilità 1 °C) Impostazione velocità riscaldamento (max=t4)	0 – 20 ore 20 – 100 °C t1, t2, t3, t4

In totale 9 passi per l'impostazione di una ricetta - 3 passi per ogni funzione.

Che cosa è velocità di riscaldamento t1,t2,t3 e t4?

Se dovete riscaldare le quantità maggiori di alimenti (per es. diversi impasti o recipienti di yogurt), all'inizio potete impostare il riscaldamento più veloce - t2, t3 o t4 e solo dopo settare il riscaldamento t1. In tal modo si evitano sbalzi di temperatura che potrebbe creare il riscaldamento veloce e continuo.

T1 è destinata piuttosto al mantenimento della temperatura precisa, oscilla solo +/- 1 °C. T2, t3 e t4 garantisce il riscaldamento più veloce, ma l'oscillazione di temperature è maggiore!

Queste temperature si usano piuttosto per il riscaldamento iniziale veloce, grandi volumi di alimenti o alte temperature di fermentazione.

- circa al di sopra i 40 °C. Le temperature superiori (sopra i 40 °C) poterebbero essere difficilmente raggiungibili con il valore impostato "t1".

Tempo massimo:

I programmi 6 e 7 potete impostare fino a 3 x 19:59 - quindi 60 ore!

Dopo l'accensione inizia a sottrarsi solo il tempo di uno dei tre blocchi, il cui numero lampeggia sul display (1, 2 o 3). Se il programma non è ancora avviato, il display visualizza la somma di tempi di tre blocchi.

Se la somma supera il massimo del display 19:59, inizia a lampeggiare solo il primo numero non congruente, quindi "1"0:00. (Esempio di tempo totale prima dell'avviamento: 9:55 = 9 ore: 55 min, 18:20 = 18 ore: 20 min, 0:12 = ore: 12 min, lampeggiante „1":30 = „?"ore: 30 min...

Raccomandazione: *Anche in questo caso Vi raccomandiamo di coprire i recipienti contenenti gli alimenti fermentati con i coperchi di vetro o con coperchi simili.*

SUDDIVISIONE TEMPERATURE

Temperatura in camera cottura	Uso delle temperature	Misura delle temperature
min = 20 °C	Impostazione temperature basse Con la sensibilità di 1 °C. Programma n. 1+2+3 (temperature di fermentazione, riscaldamento cibi . . .)	Per lungo tempo abbiamo meditato sulla numerazione unica di temperature. Di solito si riportano solo le temperature basse inferiori all'ebollizione. Gli alimenti contenenti acqua evaporano in temperature vicine al grado di ebollizione, il vapore assorbe velocemente il calore e perciò non possiamo misurare la reale temperatura nella camera di cottura. Per non dover chiamare le temperature di cottura come "bassa, media o alta", abbiamo usato per la misura il liquido senza l'acqua, ovvero l'olio nel recipiente in inox. In olio possiamo misurare le temperature reali fino al valore riportato 230 °C ! La seconda condizione era la misura a temperatura d'ambiente, quindi circa a 22 °C. Bisogna ricordare che in caso di preparazione in locali freddi o caldi (soprattutto in estate), la temperatura nella macchina non corrisponderà esattamente alla temperatura sul display. La temperatura precisa può essere controllata tramite il termometro ad ago e poi si modificano le temperature impostate nel programma. Solo in questo modo si potevano inserire nel programma le temperature in numeri.
30		
40		
50		
55		
20	Temperature per ricette speciali con sensibilità di 1 °C. Programma n. 7+8 (temperature di fermentazione, riscaldamento cibi, ricette a basse temperature . . .)	
30		
40		
50		
60		
70		
80		
90		
100		
50	Temperature per cottura e ricette speciali sensibilità di 10 °C. Programma n. 1+2+3+4+5 (riscaldamento,cottura a basse temperature,marmellate, grasso,)	
60		
70		
80		
90		
100		
110		
120		
130		
140		
150		
160		
170		
180		
190		
200		
210		
220		
max = 230 °C		

RECIPIENTE IN INOX
per impastatura, lievitazione e cottura

Nonostante l'acciaio inox sia più aderente del teflon, non dobbiamo temere che il pane si attacchi alrecipiente, anche se sulla superficie non viene applicato del grasso. Ovviamente questo è vero solo se rifiutiamo la cottura veloce, che tra l'altro non è salutare. In una cottura troppo brusca si creano gli idrocarburi carcinogenesi nella crosta, troppo robusta e dura in tutta la superficie del pane. Questo potrebbe rappresentare un problema per alcuni tessuti (vasi sanguigni e cuore). Il pane è uno degli alimenti principali e perciò è meglio usare temperature più basse e tempi di cottura più lunghi, o addirittura preparare i cibi a vapore.

Attenzione, per una buona cottura in inox bisogna impostare la temperatura massima a 140 o a 160 °C! (Sono consentiti tratti brevi con temperature più alte all'inizio e alla fine della cottura.)

La temperatura minima per le piccole pagnotte è 120-130 °C. Da provare!

La seconda condizione per facile estrazione del pane è il raffreddamento nel recipiente! Per asciugare presto la superficie umida del pane lo dobbiamo prelevare dal recipiente quando è tiepido e con il coltello asportiamo la superficie troppo umida. Dopo l'asciugatura e il raffreddamento lasciamo il pane riposare.

Attenzioni in caso di pagnotte piccole, non si possono cuocere a temperature alte e tempi lunghi! Il tempo preciso verificate dal termometro ad ago, la spiegazione troverete nella figura della seguente pagina!

Il recipiente in inox per la macchina del pane viene prodotto in un materiale specifico per prodotti alimentari. La composizione del materiale garantisce una lunga durata. Per tale motivo la parte inferiore è smontabile (tramite viti in acciaio inox), per facilitare la sostituzione della guarnizione e la sua pulizia. I recipienti in inox possono essere soggetti a bruciamento in caso di utilizzo di lieviti inadatti, di troppi zuccheri o altre sostanze dolcificanti. Non serve ingrassare il recipiente prima dell'uso.

I recipienti in inox possono essere soggetti al bruciamento in caso di utilizzo di lieviti inadatti, di troppi zuccheri o altre sostanze dolcificanti. Non serve ingrassare il recipiente prima dell'uso.

Dopo l'estrazione dal recipiente occorre umidificare il pane con qualche goccia d'acqua. Se il pane viene tolto dal vapore, occorre lasciare ad asciugare la superficie bagnata. Solo dopo si può coprire con un telo poroso, per esempio con il sacchetto bio, prodotto da amido naturale. **Questi sacchetti trasparenti BIO sono ancora poco conosciuti.** Sono prodotti da piante, sono biodegradabili e non disperdono nell'ambiente sostanze velenose come materiali di plastica! Poiché sono microporosi, i sacchetti resistono bene alla creazione di muffe.

Il trattamento a vapore è la preparazione più delicata degli alimenti. Non compromette la qualità del pane, anche se l'effetto del vapore verrà prolungato involontariamente. Si può applicare anche la precottura in macchina e il finale trattamento con vapore. Abbiamo testato per lungo tempo la qualità dei cuscinetti del recipiente esposto al vapore e i cuscinetti sono rimasti intatti. Per impedire all'acqua di scolare nel recipiente bisogna selezionare la pentola con un diametro di almeno 28 cm. **Attenzione, bisogna controllare che l'acqua non evapori dalla pentola!** La quantità minima dell'acqua è 1 litro.

Anche le palette degli impastatori sono costruiti in inox, quindi non si libera più l'alluminio e teflon che sono considerati prodotti nocivi. Inoltre, i nuovi impastatori sono estremamente resistenti (la superficie opaca si crea tramite la sabbiatura, quindi senza alcun trattamento chimico).

L'impostazione fine della temperatura si può fare semplicemente con il termometro ad ago che s'infila nella parte più fredda del pane, ovvero circa 1cm sotto la superficie superiore e si aspetta finché la temperatura raggiunge circa 95 °C. Se usate coperchi di vetro per risparmio energia, la parte più fredda sarà esattamente in mezzo della pagnotta.
Vi raccomandiamo per esempio il nostro pratico termometro polifunzionale.

COPERCHI DI VETRO PER RISPARMIO ENERGETICO

Si tratta di due coperchi in vetro temperato che si appoggiano sulla forma con il pane a lievito naturale.

Utilizzate questi vetri "miracolosi" solo dopo l'ultima miscelazione, di solito dopo le prime tre minuti d'impastatura, poiché mantengono meglio il calore del vapore nella forma. La superficie del pane diventa più morbida e il tempo di cottura si accorcia moltissimo, di un terzo del tempo!

Uno dei modi molto pratici per inserire i vetri: Prendere entrambi i vetri che sono inversi e metterli in una parte del recipiente con l'impasto impastato, poi prendere il vetro con la pallina (se entrambi i vetri hanno la pallina, quella del secondo vetro è girata in giù) e spostare il vetro all'altra parte del recipiente. Per estrarre i coperchi procedere in modo inverso.

Se misurate la temperatura nell'interno del pane, allontanando i vetri si crea uno spazio stretto in mezzo, per poter infilare l'ago. Questo interspazio serve inoltre per far fuoriuscire una parte del vapore, se si vuole ottenere il pane con la crosta più asciutta (Raccomandiamo di praticare questo modo di preparazione "secca" non troppo spesso).

Al termine della cottura è possibile rimuovere il recipiente fra ½ o 1½ ore (senza guanti da cucina) e mettere sulla superficie uno strofinaccio che raccoglie le gocce e impedisce all'asciugatura della superficie. Anche se i vetri rimangono nella macchina per 1-2 ore, il pane non soffre. Se i coperchi non vengono rimossi in tempo, le gocce entrano sul pane. (Il coperchio appannato dimostra che lo spazio del recipiente è umido e il pane non tende ad essiccarsi.)

AVVERTIMENTO: Nonostante che i vetri sono temperati chimicamente, non raccomandiamo di esporli a sbalzi di temperatura o di usare temperature troppo alte! Non porre i vetri scaldati su oggetti bagnati o freddi!

Se il recipiente ha la maniglia che impedisce a disporre i coperchi in piano, bisogna eliminarla.

Oggi quindi abbiamo 4 modi di cottura del pane e di altri prodotti:

1. **Cottura classica in calore secco senza il recipiente di cottura** (l'impasto deve essere più denso per mantenere la forma, è controproducente per lo stile di alimentazione sana).
2. **Cottura in forme** che consentono a lavorare con gli impasti più liquidi e il pane "non fonde".
3. **Cottura in forme con "coperchi di vetro per risparmio energia",** che rendono il pane più morbido, accorciano i tempi di cottura e impediscono l'essicazione del pane.
4. **Cottura a vapore** che è particolarmente adatta per i bambini e persone malate.

"KIT PER TEMPEH" E IL SUO UTILIZZO

Si tratta di un prodotto nuovo che serve a facilitare la produzione di formaggi tradizionali Tempeh. Sicuramente apprezzerete l'impiego di coperchi di ceramica porosa, poiché stabilizzano l'umidità nella ciotola con il formaggio inoculato ancora meglio che quelli in vetro. Se siete in grado di fare bene i formaggi (hanno un aspetto puro, un bel profumo morbido di funghi, non hanno macchie di colore o puntini neri, non sono bagnati e appiccicosi), apprezzerete il materiale ceramico.

Per quelli che vogliono imparare tutto subito possiamo offrire i nostri corsi speciali della durata di una giornata intera. Non possiamo garantire eventuali insuccessi o addirittura problemi di salute a chi non ha le esperienze nella produzione di questi formaggi e le loro muffe.
Ulteriori informazioni sono riportate sulle pagine www.macchinadelpanesana.it

Kit per la produzione di formaggi Tempeh

La confezione della macchina del pane Sana exclusive contiene inoltre il kit completo per la produzione dei formaggi Tempeh:

1/ ciotola in inox
2/ coperchio in ceramica piccolo
3/ coperchio in ceramica grande
4/ coperchio in vetro
5/ supporto per kit baguette
6/ spazzolino di cocco o di setola
7/ termometro multifunzionale con la temperatura d'allarme

Per circa 500 g di formaggio basta una ciotola. Il contenuto minimo per coperchi ceramici è circa 250 g per così detta lavorazione "senza contatto" e 300-500 g per la lavorazione a contatto. I coperchi di dimensioni più grandi si usano solo per la maturazione senza contatto, tranne la ciotola piena, dove il coperchio è in contatto con il formaggio.

I fori in mezzo dei coperchi (insieme con la piccola fessura sul perimetro) servono non solo per l'ingresso d'aria, ma anche per la manipolazione. Sui disegni si vede il modo a contatto e senza contatto con i coperchi grandi e piccoli.

Per impedire l'ingresso di troppa aria e la veloce essicazione della ceramica porosa, copriamo i coperchi ceramici con un coperchio in vetro. In tal modo si creano i fori d'ispezione coperti per controllare il formaggio.

Ogni coperchio ha il foro per il cavo del termometro. In caso di produzione frequente, il controllo della temperatura è un poco difficile. Nella seconda metà della maturazione, i fermenti producono molto calore, il che ha bisogno di correzioni continue. A tale scopo serve il termometro con la temperatura di allarme o uno speciale micro termometro con termostato che spegne automaticamente il riscaldamento quando viene superata la temperatura impostata nel formaggio. In entrambi i casi, la punta s'infila direttamente nel formaggio (per la correzione automatica è necessaria una comunicazione personale, per eseguire l'attacco del micro termometro alla macchina del pane.)

Se siete proprietari della macchina del pane e del kit per baguette, potete utilizzarlo anche come scaffale per le ciotole. Prima si rimuovono le maniglie superiori (vedi le frecce blu), per poter appoggiare le ciotole sullo scaffale. In caso di uso di 2 ciotole, il cavo del termometro va infilato al di sotto del coperchio di ceramica inferiore - vedi la figura.

Il kit composto in ordine da basso: Scaffale per baguette, ciotola superiore del kit baguette, la prima ciotola con Tempeh e coperchi in ceramica e il coperchio di vetro. Se avete due ciotole in inox, la seconda si appoggia sulla prima, al posto del coperchio di vetro che viene messo in alto (vedi la figura in sopra).

Vi consigliamo di sistemare la superficie di soia nella ciotola tramite il coperchio umido, poiché la soia non si appiccica.

I principianti possono sperimentare le forme del formaggio più corte e basse, per non compiangere in caso d'insuccesso.

Un altro vantaggio della ceramica porosa è il suo utilizzo per la conservazione dei formaggi finiti. Il formaggio finito si taglia a metà e si mette in due coperchi in ceramica umidificati.

Buon consiglio: Dopo il taglio del formaggio mettere in contatto le parti inferiori, che sono più umide e appiccicose. I coperchi vanno messi sulle parti del formaggio superiori che sono più asciutti e bloccano meno i pori dei coperchi in ceramica.

Il formaggio va conservato in forma di un sandwich, così rimane fresco anche alcuni giorni.

Il miglior modo per terminare la maturazione è mettere il formaggio nel congelatore ancora caldo, in fase di maturazione, se la sua temperatura non scende al di sotto di +5 °C. Solo in tale modo il formaggio "spegne" il suo riscaldamento e si può dopo mettere in frigo con la temperatura inferiore ai +10 °C (è difficile raffreddare il formaggio in maturazione senza il congelatore). Poiché i fermenti sono ancora vivi, il formaggio nel frigo tende ancora a maturare.

Per non dover umidificare sempre i coperchi in ceramica, potete inserirli nei sacchetti bio. I sacchetti impediscono il degrado del formaggio causato dall'acqua di condensa. La ceramica porosa assorbe l'acqua libera (quindi anche le gocce condensate) da entrambi i lati e mantiene le condiziono favorevoli sia in formaggio che in sacchetto.

Sulla foto si vedono i vetri appannati. Anche se i contenitori di plastica sono molto usati, la produzione tradizionale non li prevede. Sulle foto vedete le possibili alternative con materiali naturali - vetro, ceramica, legno ecc.

Dopo l'uso dei coperchi ceramici non dimenticare di spazzolare bene la loro superficie (sopratutto le parti in contatto con il formaggio) o poi farli bollire per pochi minuti in acqua. Per la pulizia utilizzare esclusivamente spazzole dure di cocco o comunque di materiale naturale, cui setole sono innocue alla salute!

Umidificazione dei coperchi in ceramica:
Prima dell'uso bisogna bagnare i coperchi a circa 10-50%. É vantaggioso pesare il coperchio bagnato e secco e incidere i dati in un angolo. Se il peso del coperchio asciutto sarà 200 g e quello del coperchio completamente bagnato 220 g, quindi il 50% di umidità corrisponderà a 210 g

Dichiarazione di prodotto conforme all'ambiente

- I materiali usati per i coperchi sono argilla, caolino e altre rocce minerarie naturali.
- I coperchi completamente bagnati asciugano in temperatura ambientale in un giorno.
- Proteggere la superficie da grassi, impurità, l'acqua sporca ecc.!
- Se i coperchi dopo un certo tempo non assorbono più acqua, basta rettificare la loro superficie con la carta vetrata di granulosità circa 120.
- I coperchi ceramici sono soggetti a usura e si possono ordinare indipendentemente.

TERMOMETRO CON TEMPORIZZATORE

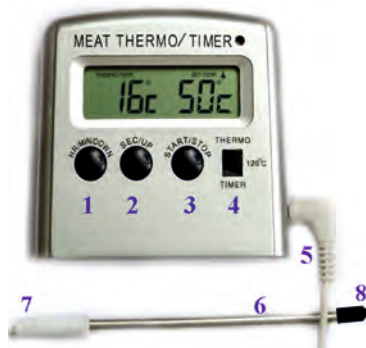
con la temperatura d'allarme entro 150 °C e tempo impostabile da 1 secondo fino a 99 ore.

Questo termometro con il temporizzatore è destinato al lavoro in cucina e per amanti di bricolage. Le temperature fori campo vengono visualizzate „--".

Il campo di temperature va da–20 °C a +150 °C.

Per la misura della temperatura serve il sensore di misura in inox collegato al cavo (5).

In caso di misura di temperature superiori a 70 °C, esporre alle temperature alte solo la punta in metallo e non i componenti in plastica o i cavi!

Attenzione! prima di misura, togliere il tappo della punta (8). Attenzione anche alla boccola del termometro che non è impermeabile, neanche il terminale dell'ago (7), perciò non immergere questi componenti in acqua. Occorre fissare l'ago con un morsetto nel recipiente d'acqua in posizione verticale, in modo che il livello non superi il terminale plastico dell'ago (7).

Posizionamento e montaggio

Questo termometro con temporizzatore può essere sito sul tavolo in modo verticale o, con il supporto, in modo inclinato, o fissato con un attacco magnetico agli oggetti di metallo.

La misurazione e controllo della temperatura impostata fino a 150 °C.

Inserire il sensore di misura (ago 6) alla porta a destra della boccola (connettore 5).

Con il pulsante 4 selezionare la posizione THERMO.

Con tasti 1 e 2 impostare la temperatura che si vuole controllare (la temperatura controllata deve essere sempre superiore alla temperatura attuale).

Con il tasto 3 selezionare il controllo a suono (al posto del simbolo di "campanello" si rilevano "onde").

I tasti 1+2 premuti contemporaneamente cancellano il controllo a suono (il simbolo "onde" si cambia al simbolo "campanello").

Temporizzatore - misura con detrazione

Con il tasto 4 selezionare la posizione TIMER.

Con i tasti 1+2 impostare il tempo richiesto per trascorrere (nel campo fino a 99 ore e 59 sec.).

Con il tasto 3 si spegne il suono dopo il tempo trascorso, ma sul display rimane il tempo impostato in origine.

I tasti 1+2 premuti contemporaneamente spengono e azzerano la detrazione del tempo.

Sostituzione delle batterie

Le batterie sono site nella parte posteriore dell'apparecchio, sotto il supporto. Si tratta di una batteria AA "alcalina" 1,5 V.

Misure di sicurezza (valide per tutti i termometri).

- Se vengono creati i danni a causa della sua inosservanza, decade il diritto di garanzia.
- Non rispondiamo per i danni alle cose, infortuni ecc, provocati da inosservanza delle misure di sicurezza.
- Non usare il termometro nelle vicinanze di emettitori o apparecchi induttivi come per esempio cellulari, microonde e forni a induzione ecc.
- Non esporre l'apparecchio ai raggi solari diretti, alle temperature troppo basse o troppo alte, all'acqua e all'umidità.
- Non esporre l'apparecchio agli urti, non usarlo in locali polverosi. L'apparecchio non è destinato ai bambini piccoli.
- Le punte dei sensori intercambiabili sono soggetti ad usura, proteggerli da bruciature. Proteggere anche il cavo di alimentazione.

Risparmiare l'ambiente naturale e la salute!

Non lasciare abbandonate a casa le batterie, potrebbero essere ingoiate da bambini o animali domestici. Controllare che non fuoriesce l'elettrolito dalle batterie che potrebbe causticare la pelle e gli oggetti. Non buttare le batterie nel fuoco, non cortocircuitarle, pericolo di esplosione! Le batterie scariche e gli apparecchi elettrici sono rifiuti speciali e come tali devono essere trattati in modo da non compromettere l'ambiente naturale. Per smaltire le batterie usare gli appositi contenitori presenti nei negozi e nei centri di raccolta.

Manutenzione dei termometri (valida per tutti i termometri).

Per la pulizia non utilizzare detergenti liquidi e prodotti chimici. Le riparazioni sono riservate agli specialisti dei centri autorizzati. Si ribadisce il divieto di immergere la parte superiore dell'ago e il corpo plastico del termometro nei liquidi poiché non sono impermeabili.

TERMOMETRO CON GRANDE CAMPO DI TEMPERATURE MISURATE

Il campo di temperature misurate va da je od -50 °C a 300 °C

Per la misura della temperatura è disponibile la punta in inox.

In caso di misura al di sopra di 70 °C, esporre alle temperature alte solo la punta in metallo, non la boccola in plastica!

3 tasti: ON/OFF (accendere/spendere), °C/°F, HOLD (ritenere il valore misurato)

Tipo di batterie e la sostituzione: sul corpo del termometro è una freccia che indica il senso di rotazione per la chiusura del coperchio della batteria. Girando in senso contrario (di circa ¼ del filetto) il tappo si apre. Il tipo di batteria è AG 13 (357 A) con la tensione di 1,5 V.

SET PER BAGUETTE E IL SUO IMPIEGO

a/ comporre il telaio in fili metallici e inserire uno o due piani di teglie.

b/ preparare l'impasto usando la nostra o altre ricette, formarlo e metterlo in teglia.

c/ rimuovere il recipiente dalla macchina del pane, introdurre nella macchina il telaio con teglie e impasto e chiudere il coperchio della macchina.

d/ impostare i valori richiesti del programma e avviare la macchina.

e/ controllare la cottura con il termometro e modificare il tempo del programma secondo i valori misurati (non dimenticare che la teglia inferiore cuoce più velocemente e bisogna rimuoverla prima).

NON DIMENTICARE!

- **Non avviare mai** un programma senza inserire un prodotto di grandezza sufficiente nella camera di cottura della macchina, altrimenti si potrebbero danneggiare i componenti di plastica del coperchio, che sono "raffreddati" dal vapore liberato dal prodotto.
- **Con il tasto funzione** si salva in memoria l'ultima modifica del singolo passo.
- **I programmi** rimangono impostati anche dopo lo spegnimento dell'apparecchio.
- **In caso di uno spegnimento imprevisto della rete**, il programma viene eseguito ancora per almeno15 minuti!
- **Se il programma avviato passa** alle funzioni successive, si manifesta un breve fischio. Al termine del programma si sente un fischio lungo.
- **Se nella macchina scende la temperatura** al di sotto i 5 °C o se il sensore interno si interrompe: la macchina fischia e sul display compare „LLL“
- **In caso di surriscaldamento della macchina** (230-240 °C) il programma spegne la resistenza, la macchina emette l'allarme acustico e sul display appare la scritta „HHH“
- **Se non volete utilizzare il gancetto per tirare fuori gli impastatori** dal pane pronto (ogni impastatore fora fino a 4 fette di pane), potete utilizzare "l'impastatura veloce" (impostare il motore a P3) e subito dopo togliere gli impastatori. Entro 3 minuti è possibile preparare anche gli impasti molto grandi compreso impasti pesanti di segale! Non dovete temere che la velocità d'impastatura è troppo alta, poiché è circa doppia rispetto alle macchine per pane comuni.
- **I misurini** sono poco pratici per chi ha una bilancia digitale. Se gli alimenti si preparano molto spesso, grazie alla funzione "tara" (azzeramento veloce) si aumenta anche la velocità della preparazione. Se la bilancia pesa con la precisione a 1grammo, potete pesare anche le spezie e il sale.
- **I tasti sensoriali** sono molto sensibili, perciò vi raccomandiamo di bloccare la tastiera dopo l'avviamento del programma (tenere premuto il tasto del lucchetto per 2 secondi). Tale funzione è molto utile se la macchina si usa alla presenza di bambini o se avete nell'ambiente il tasso d'umidità troppo alto. Siccome tutti abbiamo un proprio modo di digitare i tasti, è opportuno trovare sul tasto l'area che meglio reagisce al contatto, può essere a sinistra, a destra o sul lato interno del simbolo sul tasto.

- **Lieviti prodotti industrialmente, lieviti minerali e chimici.** Già dal nome della macchina "Sana" si capisce che non raccomandiamo l'uso di leviti non naturali o di altri prodotti che accelerano la preparazione. Solamente i processi testati e tradizionali garantiscono la qualità di prodotti salutari!
- **Porre attenzione alla giusta scelta dei cereali!** Se il pane non ha buone caratteristiche (per es. è aderente dopo la cottura o l'impasto "cade" in fase di lievitazione, controllare prima la farina utilizzata che sia adatta per il pane. Più spesso il problema riguarda il grano duro. Se il grano non ha una qualità adatta per panificazione, non pensare che l'errore sia nella macchina del pane o nei programmi. In tale caso i problemi sono riconducibili al Vostro fornitore di miscele per il pane.
- **Misura degli ingredienti:** Uno dei passi importanti per la preparazione del pane è la quantità corretta d'ingredienti, perciò Vi raccomandiamo vivamente di utilizzare il misurino per la quantità necessaria. Il rapporto errato d'ingredienti può influire molto sul risultato. Se avete una moderna bilancia digitale, non occorre usare più i misurini e la preparazione delle Vostre ricette sarà ancora più veloce e precisa!
- **Misura degli ingredienti liquidi:** L'acqua, il latte fresco o in polvere deve essere misurato con il misurino. Occorre controllare il livello orizzontale del liquido nel misurino. Se misurate l'olio o altri ingredienti, bisogna pulire per bene il misurino dagli altri ingredienti.
- **Misura degli ingredienti a polvere:** Questi ingredienti vanno aggiunti molto delicatamente nel misurino e poi livellati con un coltello. La quantità superflua si rimuove o svuota per non compromettere il rapporto con gli altri ingredienti della ricetta. Se avete bisogno di piccole quantità d'ingredienti a polvere, potete usare il misurino a cucchiaio. Gli ingredienti nel cucchiaio devono essere livellati (non colmi). Anche una differenza così piccola può squilibrare molto la ricetta.
- **Ordine per gli ingredienti:** Rispettare sempre l'ordine per aggiungere gli ingredienti nell'impasto. Generalmente, l'ordine è il seguente: ingredienti liquidi, uova, sale, latte in polvere ecc. Il lievito va messo sempre nella farina secca, controllare che non vada a contatto con il sale. Dopo la miscelazione della farina vi avverte il segnale acustico (fischio) per aggiungere gli ingredienti di frutta. Se li aggiungete troppo presto, il gusto potrebbe degradare per motivo della miscelazione prolungata. Non usare mai ingredienti con degrado veloce tipo uova, frutta ecc., se volete utilizzare la funzione dello start rimandato.

- Inserimento e rimozione del recipiente:
Prendere il bordo del recipiente con le dita in un angolo e tirare su una parte. Contemporaneamente si libera anche l'altra parte e potete rimuovere facilmente il recipiente.

Per inserire il recipiente bisogna prima posizionare la ciotola sui perni al centro dello spazio di cottura e poi spingere su entrambi i lati. Se la forma non s´incastra su entrambi i lati, potete rimuoverla, girare l'albero dell'impastatore e riprovare.

Attenzione: Se il recipiente è caldo, lasciarlo raffreddare per almeno 30 minuti o usare i guanti da cucina.

- **Le superfici in teflon e in lamiera zincata** e i loro accessori sono soggetti a usura, nonché i cuscinetti e le cinghie di trasmissione.

- **Alcune parti della macchina e i loro accessori si producono manualmente in piccole serie,** perciò possono presentare piccole imperfezioni di lavorazione, di materiali d'imballo o di design, comunque crediamo che sarete contenti con la praticità e durevolezza del prodotto.

- **Lavaggio di recipienti di cottura:** I recipienti in teflon e in inox non possono essere lavati in lavastoviglie. L'acciaio inox è molto resistente al danneggiamento meccanico e chimico, ma il cuscinetto e il supporto è più delicato e alcuni agenti chimici lo corrodono!

Consiglio: Possiamo raccomandarVi di non lucidare l'interno di recipienti in inox, poiché il metallo meno lucido influisce meno sul valore biochimico dei nostri alimenti. Le analisi in laboratori hanno dimostrato chiaramente che il numero di vitamine negli alimenti cala in relazione alla loro liquidità e il contatto con il metallo. Questo effetto riguarda specialmente alimenti liquidi (sughi, latte, bevande ecc.,.). La struttura biologica di materiali solidi (diversi tipi di pane, impasto, ecc.) di solito non si trasforma durante il contatto con i metalli.

- **L'estrazione degli impastatori incastrati da pane cotto** si usa solo per le ricette speciali o se si dimentica di estrarre gli impastatori dopo l'ultima impastatura. In tal caso girare all'insù il lato basso del pane, inserire il gancetto con il terminale corto nell'asse dell'impastatore e tirarlo su.

Speriamo, che con le nuove funzioni della nostra macchina del pane potrete inventare anche Voi nuove ricette e attendiamo le Vostre idee che ci potete mandare anche via internet. Saremmo molto lieti soprattutto per le ricette di carattere genuino, quindi in qualità biologica!

Anche se oggi sull'internet si possono trovare molte ricette interessanti, non dimenticate che il miglior ricetta per il pane è quella con l'acqua e farina! Gli altri ingredienti si usano per insaporire e appagare l'occhio, ma non per la salute.

Smaltimento corretto dell'prodotto:

Questo simbolo ci indica che nei paesi comunitari è vietato smaltire il prodotto con i rifiuti urbani. V'invitiamo di cedere il prodotto allo smaltimento nei centri specializzati, per proteggere l'ambiente e la salute umana. Potete anche contattare il venditore del Vostro apparecchio, che può inoltrare il prodotto allo smaltimento sicuro per l'ambiente nel rispetto della natura.

SOLUZIONE DEI PROBLEMI

n.	PROBLEMA	CAUSA	SOLUZIONE
1	Dal foro di ventilazione esce il fumo durante la cottura.	Alcuni ingredienti sono attaccati alla resistenza, si tratta del primo uso della macchina, L'olio rimasto sulla superficie della resistenza.	Scollegare la macchina, pulire la resistenza. Attenzione alle ustioni. Se si tratta del primo uso della macchina, avviarla a vuoto e lasciare il coperchio aperto.
2	La crosta inferiore del pane troppo ampia.	Il pane caldo rimasto troppo lungo nel recipiente, quindi gran perdita d'acqua.	Rimuovere il pane dopo la cottura e lasciarlo raffreddare.
3	É molto difficile rimuovere il pane dalla macchina.	L'impastatore è vincolato in modo fisso nel recipiente di cottura.	Dopo la rimozione del pane riempire il recipiente di cottura con l'acqua calda e lasciare gli impastatori 10 minuti in bagno, poi rimuoverli e pulirli.
4	Gli ingredienti non sono omogeneamente miscelati e la macchina cuoce male.	1. Non è stato scelto il programma corretto. 2. L'apertura frequente del coperchio crea la crosta troppo asciutta e il colore non è bruno. 3. Lo sforzo durante la miscelazione è così grande che gli impastatori girano a fatica e non mescolano l'impasto.	1. Selezionare il programma corretto. 2. Non aprire il coperchio durante la lievitazione. Controllare gli impastatori, rimuovere il recipiente per cottura e avviare gli impastatori a vuoto. Se non lavorano normalmente, contattare l'assistenza autorizzata.
5	Il motore si sente, ma l'impastatura non parte.	Il recipiente non è sistemato bene o il volume dell'impasto troppo grande.	Controllare se il recipiente di cottura è fissato bene e se l'impasto è fatto in conformità alla ricetta e se contiene la quantità desiderata degli ingredienti.
6	Il pane gonfia e spinge sul coperchio.	L'impasto contiene troppo lievito o l'acqua o la temperatura è troppo alta.	Controllare tutti questi fattori e diminuire la quantità degli ingredienti in relazione alle condizioni effettive.
7	Il pane è troppo piccolo o non ha lievitato.	Manca o scarseggia il lievito nell'impasto, il lievito non fa effetto a causa dell'acqua troppo calda, il lievito era in contatto con il sale, la temperatura è troppo bassa.	Controllare la quantità e l'attività del lievito naturale e impostare la temperatura corretta.

n.	PROBLEMA	CAUSA	SOLUZIONE
8	Troppo impasto-fuoriesce dal recipiente di cottura.	Nell'impasto cè troppa acqua o lievito, quindi è troppo liquido.	Diminuire la quantità di liquidi e quindi modificare la densità dell'impasto.
9	Durante la cottura il pane è caduto.	1. La farina usata non è adatta per il pane e non fa lievitare l'impasto. 2. La velocità di lievitazione è troppo rapida o la temperatura del lievito naturale è troppo alta. 3. Troppa acqua, l'impasto è troppo liquido e morbido.řídké a jemné.	1. Usare la farina per il pane. 2. Usare il lievito naturale a temperatura ambiente. 3. Modificare la ricetta in base alla capacità della farina di assorbire l'acqua.
10	Il pane è troppo pesante e denso.	1. Troppa farina o poca acqua. 2. Troppi ingredienti di frutta e poca farina integrale.	1. Togliere farina eccessiva o aggiungere l'acqua. 2. Abbassare la quantità d'ingredienti e aggiungere il lievito.
11	Il pane presenta vuoti all'interno.	1. Troppa acqua o lievito o manca il sale. 2. Temperatura dell'acqua troppo alta.	1. Abbassare la quantità dell'acqua e aggiungere il sale. 2. Controllare la temperatura dell'acqua.
12	Sulla superficie del pane si appiccica la farina asciutta.	1. Ingredienti collosi nel pane come burro, banane ecc. 2. L'impasto non è mescolato bene a causa di poca acqua	1. Non aggiungere ingredienti troppo appiccicosi. 2. Controllare la quantità dell'acqua e il funzionamento meccanico della macchina.
13	La crosta troppo spessa e scura durante la cottura di paste o di dolci.	Le ricette e gli ingredienti influiscono sulla produzione. Se si usa tanto zucchero, la crosta sarà molto scura.	Se il colore del pane è troppo scuro per il tipo di ricetta, premere lo start/stop per l'interruzione del programma circa 5-10 min. prima della fine programmata. Prima di togliere il pane o dolci dal recipiente di cottura, lasciare circa 20 minuti nel recipiente con il coperchio chiuso.
14	Display si è acceso male e visualizza valori sbagliati.	I dati sono discontinui è necessario il ripristino.	Se non aiuta il "rapido " ripristino, quindi il nuovo collegamento alla rete, provvedere al "reset totale", ovvero scollegare dalla rete per 15 minuti .

Dall'evoluzione della vita sulla Terra risulta che l'uomo, i cereali e la verdura hanno la più complessa struttura di cellule e di geni. Se vogliamo svilupparci mentalmente e fisicamente, i cereali e la verdura devono essere la parte più importante della dieta umana!

RICETTARIO

INTRODUZIONE DEL LIEVITO NATURALE

Per la preparazione del primo lievito naturale abbiamo bisogno soprattutto della pazienza. Nel bicchiere versiamo circa 100 g di farina di segale e aggiungiamo circa 80 ml d'acqua a temperatura di circa 27 °C. Dopo la miscelazione dovremmo ottenere una consistenza densa e pastosa. Copriamo il vaso con il coperchio senza filetto (non deve essere serrato), per lasciare il lievito naturale a "respirare". Mettiamo il vaso per esempio nella macchina del pane, avviamo il "programma di lievitatura", impostiamolo a 27 °C (+/- 2 °C) e lasciamo il lievito riposare per alcune ore a questa temperatura. Poi rimuoviamo una piccola parte dell'impasto, aggiungiamo la stessa quantità d'acqua fresca e di farina e di nuovo lasciamo fermentare, mantenendo la stessa temperatura. Ripetiamo l'identica procedura dopo alcune ore, per almeno 3 giorni o fino a quando il lievito naturale produca in 2-4 ore una quantità sufficiente di bollicine e aumenti più volte di volume. Solo dopo possiamo utilizzare il lievito per impastare il pane o altri prodotti simili!

Se, in qualsiasi momento del processo, il lievito comincia ad avere un cattivo odore, è sempre meglio ricominciare da capo. Il lievito finale dovrebbe avere un odore piacevole, leggermente acido e una consistenza medio densa. Quando preparate l'impasto, dovete lasciare circa un quarto del lievito nel bicchiere per le cotture successive. In realtà si può preparare un nuovo pane dal lievito base ogni 2-4 ore, fino all'infinità.

Conservazione del lievito tradizionale

Attenzione alla conservazione! Com'è stato spiegato, il lievito naturale non può essere conservato in frigorifero insieme con fermenti industriali. Poiché in pratica non esiste una ricetta dove il lievito naturale non può sostituire i fermenti industriali, non c'è alcun motivo per tenerli in casa. Dobbiamo specificare che il lievito non deve essere troppo liquido, il suo odore deve essere piacevole e leggermente acido e non si può congelare o essiccare! Il lievito naturale dura in un ambiente freddo circa 5 giorni fino alla sua successiva "rigenerazione".

NON DIMENTICARE...

...che per la preparazione del pane basta la farina e l'acqua. Gli altri ingredienti sono solo integratori che bisogna aggiungere con cautela! Tutto il resto è l'arte del panettiere che potete imparare da noi.

Il Vostro pane bello e gustoso è solo il primo passo. Il secondo passo è imparare a perfezionare il pane secondo i gusti della Vostra famiglia - come prepararlo per i bambini o adulti, per i lavoratori o gli sportivi e come farlo compatibile ai soggetti affetti da differenti malattie.

Indipendentemente dal tipo di pane e dalla ricetta utilizzata, quando la temperatura interna del pane (nella sua parte più fredda, quindi al centro) supera i 95°C il pane è quasi pronto, lasciate cuocere per altri 10 minuti e poi potete interrompere la cottura.

PANE AI CEREALI

Ingredienti

250 g di farina tipo 0
50 g farina di mais
50 g farina di avena integrale
50 g farina di orzo integrale
260 g di acqua
100 g di lievito madre
1 cucchiaino di miele
12 g di sale fine

Preparazione

Inserire nel cestello di Sana l'acqua e le farine e impostare lo start rimandato del programma uno per 20 minuti, temperatura ambiente.
Unire quindi il lievito, il miele ed il sale e continuare col programma già impostato con l'impastatura per 5 minuti a velocità 3, la fase di lievitazione per tre ore a 27 °C, una seconda impastatura a velocità 3 per 2 minuti.
Togliere quindi le alette e continuare con una seconda lievitazione per un'ora a 27 °C.
Cuocere per 15 minuti a 160 °C e 90 minuti a 140 °C.
Lasciar raffreddare il pane prima di sformarlo.

PANE INTEGRALE CON LIEVITO IN GRANULI

Ingredienti:

500 ml di acqua
700 g farina (può essere una miscela di farina tipo 0 e di farina integrale)
2 cucchiai d'olio EVO
2 cucchiaini di sale
2 cucchiai di semi tritati (sesamo, girasole, zucca)
7 g di lievito in granuli (1 g per 100 g di farina)

Preparazione

Inserire nel cestello di Sana tutti gli ingredienti.

Impostare la prima fase di impastatura a velocità 3 per 4 minuti. Togliere quindi le alette, posizionare i coperchi di vetro e procedere con la lievitazione. La prima fase di lievitazione va impostata a 50 °C per 45 minuti. La seconda impastatura e la seconda lievitazione vanno lasciate spente.

Cuocere per 15 minuti a 160 °C e 90 minuti a 140 °C.

Lasciar raffreddare il pane prima di sformarlo.

PANE AI CEREALI CON LIEVITO SECCO ATTIVO

Ingredienti:

500 ml di birra
700 g farina ai 7 cereali
2 cucchiai d'olio EVO
2 cucchiaini di sale
2 cucchiai di semi di girasole da mettere sopra l'impasto
10 g di lievito in polvere

Preparazione

Inserire nel cestello di Sana tutti gli ingredienti ad eccezione dei semi di girasole.

Impostare la prima fase di impastatura a velocità 3 per 4 minuti. Togliere quindi le alette, cospargere la parte superiore dell'impasto con i semi di girasole, posizionare i coperchi di vetro e procedere con la lievitazione. La prima fase di lievitazione va impostata a 48 °C per 50 minuti. La seconda impastatura e la seconda lievitazione vanno lasciate spente.

Cuocere per 22 minuti a 150 °C e 85 minuti a 140 °C.

Lasciar raffreddare il pane prima di sformarlo.

FILONI DI GRANO DURO

Ingredienti:

250 g di semola rimacinata di grano duro
150 g di farina 0
260 g di acqua
1 cucchiaino di miele
10-12 g di sale fine
100 g di lievito madre

Preparazione

Inserire nel cestello di Sana l'acqua e la farina e impostare lo start rimandato del programma uno per 20 minuti.

Unire quindi il lievito, il miele ed il sale e continuare col programma già impostato con l'impastatura per 5 minuti a velocità 3, la fase di lievitazione per tre ore a 27 °C, una seconda impastatura a velocità 3 per 2 minuti.

Togliere quindi le pale e formare dei filoni che metterete negli appositi contenitori per una seconda lievitazione di circa un'ora a 27 °C.

Cuocere per 15 minuti a 160 °C e 15 minuti a 140 °C.

Lasciar raffreddare il pane prima di sformarlo.

POLENTA

Ingredienti:

300 g di farina bramata
1500 ml di acqua bollente
sale

Preparazione

Portate l'acqua a bollore e salatela.

Versatela nel cestello della macchina Sana e aggiungete la farina per polenta.

Azionate la macchina facendo partire il programma per marmellate (180 °C, Velocità max pale) per la durata di 50 minuti.

La polenta è pronta, basta lasciarla leggermente intiepidire e poi versarla sul tagliere o nei piatti.

DOLCE ALLO YOGURT

Ingredienti:

300 g di farina 00
150 g di zucchero
3 uova
125 ml di yogurt gusti vari
75 ml di olio di semi di girasole
1 bustina di lievito per dolci
un pizzico di sale

Preparazione

Inserite nella vaschetta della macchina Sana prima le uova leggermente battute, poi gli altri ingredienti liquidi e infine la farina setacciata con il lievito per dolci, lo zucchero ed un pizzico di sale.

Azionate la macchina al programma cinque, che prevede una prima fase di solo mescolamento con velocità delle pale al massimo (circa cinque minuti o comunque il tempo per rendere l'impasto omogeneo), poi, una volta eliminate le pale, impostate una cottura a 180 °C per 50 minuti. Lasciate intiepidire il dolce prima di sformarlo.

MARMELLATA DI ARANCE ROSSE

Ingredienti:

1 kg di arance sbucciate
700 g di zucchero semolato fine

Preparazione

Sbucciate le arance, pesatele fino a raggiungere la dose indicata e tagliatele a fettine sottili. Unitele allo zucchero semolato fine nel cestello della macchina Sana ed azionate con il programma marmellate, prevedendo una prima fase di semplice mescolamento a temperatura ambiente e con velocità delle pale al massimo ed una fase successiva di cottura a 180 °C per 80 minuti. Versate la marmellata ancora bollente nei vasetti sterilizzati e teneteli capovolti per mezz'ora circa, per creare il sottovuoto.

IMPASTI SENZA GLUTINE

Piadine senza glutine

farina di mais, di riso, di grano saraceno o di altri tipi,
sale, comino,
olio , acqua,
lievito naturale (in caso di una variante del lievito naturale, lasciamo fermentare l'impasto almeno per un'ora)

Versiamo l'acqua calda nella farina di mais o di riso e lasciamo lievitare. Alla fine addensiamo con la farina di grano saraceno. Se invertiamo la procedura, il grano saraceno assorbe tutta l'acqua e altre farine non lievitano più (utilizzare lo stesso metodo anche per altri cereali assorbenti e non!)

Lasciamo riposare la miscela di tutti gli ingredienti e poi prepariamo le piadine. Attenzione, le piadine tendono a essiccarsi velocemente, perciò è opportuno, per bambini sarebbe necessario, ammorbidire le piadine con il vapore.

La prima fermentazione del lievito naturale è durata nella macchina del pane circa 4 giorni. Ogni successiva fermentazione si crea in sole 3 ore, in quantità cinque volte maggiore! Sulla foto in alto della pagina si vedono i fermenti di riso e di mais, naturali al 100%, senza alcuni starter o lieviti industriali.

Hanno avuto un successo straordinario anche gli sperimenti con il pane per i clienti sensibili al glutine!

Come risulta dalla foto di queste tre pagnotte, la fermentazione del lievito naturale è così forte che la lievitazione non si è rallentata neanche con l'aggiunta di un terzo di riso bollito con i semi, poiché i cereali bolliti "riducono" gli effetti indesiderati di una farina troppo fine (la creazione di viscosità, l'adesività o addirittura l'ossidazione), inoltre si possono usare i cereali diversi. Possiamo aggiungere il grano saraceno bollito, la quinoa, l'amaranto e soprattutto il riso che è più neutro. Come integratori si possono usare anche le noci o semi bagnati. Poco conosciuta è la possibilità di usare le erbe medicinali essiccate che si macinano e si lasciano fermentare nell'impasto. È una buona strada per tutti coloro a cui non piacciono le tisane!

AMASAKÉ - IL DESSERT SENZA ZUCCHERO

Il dessert preparato dal riso fermentato, dal grano e altre granaglie. È un dessert naturale, adatto ai bambini, senza aggiunta di alcuni dolcificanti. Il gusto dolce naturale viene creato tramite la frammentazione degli zuccheri complessi.

Prima lasciamo germinare il grano (in un luogo buio, non lasciamo crescere i germi oltre 1 cm, li risciacquiamo almeno 2 volte al giorno). Poi maciniamo tutto il grano fresco o essiccato, in modo che possiamo preparaci il fermento per la prossima lavorazione. Al posto dei germogli di grano possiamo usare anche il riso originale KOJI.

Laviamo il riso, versiamo l'acqua e lasciamolo cuocere secondo la ricetta base. Il rapporto d'acqua è circa 1 : 1,25 (è necessario misurare bene gli ingredienti). Lasciamo raffreddare il riso bollito alla temperatura di circa 50 °C. Mescoliamo i germi di grano macinato (dovete provare quale quantità è giusta, se utilizzate il riso KOJI, il rapporto con il riso bollito è circa 1:5) e lasciamo riposare in un luogo tiepido, almeno a 40 °C (sul termosifone, nel forno oppure sotto un piumino). Chi possiede la macchina del pane "di nuova generazione", può già impostare la temperatura desiderata. La macchina garantisce inoltre l'omogeneità di temperature nell'intera area. Ogni tanto mescoliamo con il mestolo e tastiamo la dolcezza. Il processo di maturazione dura circa 6 ore. Quando il riso è abbastanza dolce, terminiamo la fermentazione scaldando l'intero volume del riso ad almeno 90 °C ! Mescoliamo perché tende a bruciare.

Dall' amasaké possiamo preparare diversi dolci aggiungendo l'agar, la carruba, le nocciole tostate, il caffè, i semi ecc.

Preparare i germi di grano

Bollire il riso

Mescolare germi tagliati con riso

Dopo alcune ore di fermentazione, tutto si trasformano in una purea dolce

YOUGURT CASALINGO

Se riuscite a procurarvi il latte di mucca dal produttore o, ancora meglio, di capra, potete preparavi lo yogurt casalingo senza additivi industriali.

Scaldare prima il latte ad almeno a 75 °C (è meglio ribollirlo), poi lasciare a raffreddare almeno a 50 °C, mescolare bene lo yogurt con i fermenti vivi con poco latte (circa 50 ml per 2 litri del puro yogurt). Anche se di solito si vendono i così detti "yogurt vivi", prodotti con latte di mucca, ma, vista la quantità minima dello yogurt iniziale, possiamo accettare questo compromesso.

Versare i fermenti ben mescolati nel resto del latte e inserire per esempio nella macchina del pane, scaldata a 40 - 45 °C. La preparazione dello yogurt dura circa 4 – 8 ore (se inserite più fermenti, sarà pronto prima), poi bisogna raffreddarlo alla temperatura di conservazione che deve essere inferiore a 10 °C per fermare il processo di fermentazione. Lo yogurt si può conservare nel frigorifero fino a 5 giorni.

In fine bisogna notare che lo yogurt di latte di capra sarà sempre più liquido di quello di mucca, poiché contiene meno proteine, ma è più digeribile. Lo yogurt non dovrebbe essere un alimento principale, ma è ideale per cambiare ogni tanto la nutrizione, soprattutto quella dei bambini. Vi raccomandiamo di combinarlo con le insalate e semi piuttosto che con lo sciroppo e la frutta.

FORMAGGIO TEMPEH - REGALO DEL MILLENNIO!

Dovremmo anzitutto scoprire i prodotti tradizionali, provati dalle generazioni di diverse culture precedenti. Questi sono i valori del "nuovo formaggio di culture remote" che potremmo chiamare "il regalo del millennio"!

Formaggio Tempeh di semi di girasole, piselli e arachidi prima e dopo la maturazione

Per poter cucinare ogni giorno è necessario conoscere la preparazione di questi tre alimenti tradizionali:

1. Il lievito naturale, il pane a lievitazione naturale, i dolci, le paste e altre specialità. La ricerca che dura da più di 10 anni ha scoperto il segreto dei prodotti con il lievito naturale! Vi facciamo conoscere queste sorprese.
2. La produzione di dolci senza zucchero, usando l' "amasaké" (la preparazione con questi fermenti è abbastanza semplice e non richiede una partecipazione ai corsi speciali).
3. La preparazione di una vasta gamma di formaggi Tempeh (anche questi fermenti li abbiamo sperimentati per molti anni. Poiché si tratta di una muffa, anche se pregiata, bisogna trattarla con prudenza).

Grazie al nuovo accessorio - "kit per Tempeh", possiamo preparare le fettine spesse come un fagiolo di soia, che si possono arrostire come un filetto sottile.

La preparazione pratica

Abbiamo bisogno di un quarto di chilo di fagioli di soia di qualità bio e un po'di aceto. La sera prima mettiamo i fagioli di soia a bagno in acqua che poi svuotiamo la mattina seguente. Versiamo della nuova acqua e lasciamo bollire per un tempo breve. Dopo circa 20 minuti svuotiamo l'acqua, lasciamo raffreddare e asportiamo manualmente le bucce. Per svuotare le bucce va bene una grande pentola bassa. Le bucce non galleggiano, comunque sono più leggere e durante lo svuotamento rimangono sopra i fagioli. Continuiamo a svuotare e riempire con acqua, con cautela, per non perdere i fagioli. Dobbiamo ripetere l'operazione circa 4-5 volte, finché le bucce vengano eliminate. Per risparmiare l'acqua, possiamo usare un'altra pentola e uno scolapasta. È opportuno svuotare l'acqua velocemente, poiché le bucce rimangono sopra i fagioli e si separano meglio. L'operazione non dovrebbe richiedere di più di 5 minuti. I fagioli poi vanno cotti in acqua con un po'di aceto. Bisogna pensare che i fagioli di soia si cuociano sotto il coperchio per almeno 1,5 ore, con 1 cucchiaio di aceto di riso o di mele. I fagioli devono essere morbidi ma non stracotti. Dopo la cottura vanno scolati, sgocciolati e si lasciano asciugare su un canovaccio.

Inoculazione *(il rapporto tra fermenti di Tempeh e di fagioli di soia è specificato dal produttore sulla confezione)*

Buttiamo i fagioli nella pentola, versiamo i fermenti e mescoliamo bene. Versiamo la miscela inoculata nelle forme perforate in modo che lo spessore del formaggio sia al massimo 2-3 cm. Un'altra possibilità è mettere i fagioli in sacchetti di plastica perforati con la forchetta, per proteggerli dall'essicazione indesiderata, comunque non é opportuno usare i materiali plastici pericolosi. I legumi contengono molti grassi che agiscono come solventi organici e contaminano il formaggio. Al posto dei sacchetti si possono utilizzare varie formine di materiali naturali o le raccomandate forme in inox e in vetroceramica.

Maturazine

Collochiamo le forme in un luogo tiepido. Bisogna rispettare la temperatura ideale per la maturazione, ovvero 30-32 °C. L'esposizione prolungata a temperature superiori ai 35 °C può provocare la formazione di altri organismi non desiderati e un cattivo odore. A temperatura corretta possiamo ottenere il Tempeh dopo circa 20 – 30 ore. Il Tempheh dovrebbe avere una superficie omogenea di colore bianco neve, quindi il formaggio avrà una forma solida. Le eventuali macchie nere sono solo le spore e non è nulla di grave ma prossima volta occorre migliorare il processo produttivo, quindi l'umidità, la temperatura, il tempo … Invece, un cattivo odore e l'aspetto mucoso sono i segni che il prodotto non è riuscito bene, in tal caso è meglio buttarlo nell'umido..)

Conservazione

Il Tempeh pronto va poi rimosso dal locale caldo (idealmente gestito dal termostato o dalla macchina del pane polifunzionale, controllata dall'apposito programma) e inserito subito in un luogo freddo (in frigorifero o nella cantina), per interrompere la sua fermentazione. Se non c'è un ambiente abbastanza freddo da fermare il processo autoriscaldante (si tratta di una reazione esotermica e biochimica), potete mettere il Tempeh in freezer e solo dopo, quando la temperatura scende al di sotto dei 10 °C, conservarlo in un luogo freddo, oppure tenerlo per un certo periodo prolungato in freezer, anche se questo è certamente un compromesso.

Consumazione

Supponiamo che l'opera è andata bene e Voi avete ottenuto un cubetto di Tempeh. Qual è il motivo per mangiare questa strana cosa, piena di muffa? Visto il suo alto contenuto di proteine e la consistenza densa, il Tempeh piace anche a colore che non riescono a immaginare un pranzo senza una bella fetta di carne. Per alcuni, il Tempeh può significare la sostituzione della carne, molto più salutare della carne di soia prodotta industrialmente, dei granuli di diverse cose ecc.. Chi svolge un lavoro fisico e si alimenta solo con una dieta a base di vegetali, spesso si lamenta di soffrire di fame. Con il Tempeh, le lamentele finiscono. Comunque, la cosa più importante è che il Tempeh fatto bene ha un buon sapore.

Attenzione

È vero che qualcuno consuma il Tempeh crudo, comunque noi non lo raccomandiamo, poiché la muffa cresce di sicuro anche nell'ambiente umido del nostro apparato digestivo. Se il Tempeh viene consumato crudo dopo la frutta o addirittura dopo aver mangiato i prodotti a base di cocco, le conseguenze possono essere devastanti, poiché il Tempeh prodotto dal cocco è velenoso. Bisogna porre una particolare attenzione anche alla preparazione a caldo. Se tagliate il Tempeh a fette troppo grosse, sarà difficile valutare se il suo interno è già stato ben cotto. Se non si rispetta la preparazione giusta, il Tempeh può provocare problemi di salute molto disturbanti, perciò conviene ogni tanto controllare tramite un termometro ad ago se la sua preparazione è corretta e se nel centro delle fette la temperatura supera i 90 °C!

RICETTE TRADIZIONALI IN STILE OCCIDENTALE

Il Tempeh possiamo friggerlo, prepararlo a vapore o arrostirlo. Vi raccomandiamo di tagliare il Temeph a cubetti e friggere in olio di qualità. Chi preferisce una dieta a basso consumo energetico, può fare a meno dell'olio se il Tempeh viene arrostito in padella con poco olio o addirittura senza. Un'altra possibilità è rosolare il Tempeh con la verdura, kari, aggiungendone un pezzo al riso durante la bollitura, aggiungerlo nelle zuppe, nel gulasch ecc.

Il nostro consiglio per la maggior parte di vari Tempeh:

Il Tempeh si comporta come un fungo, è molto assorbente, se lo volete friggere, meglio immergerlo prima in acqua salata, asciugarlo e poi friggerlo, altrimenti assorbe troppo olio.

Come noi prepariamo il Tempeh:

La nostra ricetta preferita è tagliare il Tempeh a fette larghe circa 1 cm e arrostirlo in padella con il coperchio e con poco olio (non è immerso nell'olio) - è forse la preparazione più veloce. Il Tempeh va arrostito da entrambi i lati. Poi versiamo nella padella bollente lo shoyu diluito con l'acqua (la quantità di shoyu è data da quanto lo vogliamo salato). Nell'acqua possiamo aggiungere un po'di aceto di riso o di mele, il succo di limone . . .

Poi di nuovo copriamo la padella e lasciamo il liquido penetrare nel Tempeh. In questo modo possiamo apprezzare il suo gusto naturale, che è davvero delizioso, anche se non è croccante.

Tempeh fritto in padella

Chi riesce a fare questa ricetta, non avrà bisogno di molti altri consigli.

Mettiamo in una scodella l'acqua e il sale e mescoliamo bene. Immergiamo le fette di Tempeh nella soluzione e poi lasciamo sgocciolare su una carta assorbente o su una griglia. Asciughiamo leggermente la superficie superiore. Poi scaldiamo l'olio nella padella, nel wok o nella friggitrice a 190 °C, immergiamo il Tempeh in olio e arrostiamolo o friggiamolo circa 3 o 4 minuti finché diventi bruno e croccante. Lasciamolo sgocciolare e possiamo servirlo. Possiamo mangiarlo subito o utilizzarlo per altri cibi con Tempeh. È adatto come contorno al riso, come un antipasto o come un cibo tipo fast food con varie salse e glassature.

Palline di Tempeh per il cibo e il caffé: ceci (si possono usare altri legumi)

FORMAGGIO DI SOIA NATTO

Il Natto è un antico alimento giapponese che si produce da fagioli di soia e dai fermenti „Bacillus subtilus natto". Ha un alto contenuto di proteine, calcio, ferro, vitamine B ed enzimi. Il Natto aiuta a digerire i cibi, purifica il sangue e sembra che aiuta la pelle a mantenere un aspetto giovane e liscio. Il Natto ha un profumo interessante, che assomiglia all'odore dei formaggi maturi. La sua consistenza è mucosa e crea lunghe fibre. Abbiamo scoperto che il Natto non piace molto a coloro che nel passato mangiavano troppi latticini, invece lo preferiscono i vegetariani e i macrobiotici.

COME PRODURRE IL NATTO

Per produrre il Natto bisogna risciacquare i fagioli di soia e metterli in bagno d'acqua per 4 – 6 ore, poi svuotare l'acqua, mettere la soia nella pentola a pressione e versare la nuova acqua. Portare l'acqua in ebollizione (per ora senza coperchio) e togliere la schiuma e le impurità dalla superficie, comprese le bucce galleggianti. Ripetere la stessa operazione finché si crei la schiuma. Poi abbassare la temperatura, coprire con il coperchio e cuocere sotto la pressione senza sale al fuoco lento per 30 – 50 minuti o per alcune ore se non viene utilizzata la pressione, finché i fagioli si possono schiacciare facilmente con le dita. Per evitare che la soia non crei durante la cottura a pressione troppa schiuma che potrebbe otturare la valvola, bisogna cuocerla a fuoco molto lento e lasciarla raffreddare con il coperchio per circa 10 minuti. Quando la pentola rimane senza pressione, rimuovere il coperchio, svuotare l'acqua nel colatoio e raffreddare.

Asciugare i fagioli di soia e raffreddare a circa 40 °C, devono essere tiepidi ma non troppo caldi. Spargere in modo omogeneo lo starter e mescolare bene.

Mettere poi la miscela in una scodella di vetro o d'inox ed livellare la superficie di fagioli di soia inoculati. Lo strato di soia non deve essere più alto di 5 cm. Poi richiudere le scodelle, per abbassare al minimo l'accesso dell'aria e mantenere nell'interno l'umidità desiderata. Collocare la scodella in un luogo caldo o nella macchina del pane, impostata alla temperatura di 40 °C. Il Natto deve incubare da circa 10 fino a 30 ore senza l'apertura del contenitore.

In ogni caso deve esserci la coltura di Natto viva che non è stata sottoposta ad alcun trattamento termico. Il Natto si produceva originalmente mettendo sul fondo della scatola uno strato di paglia di riso (si può usare anche altro tipo di paglia), poi si metteva uno strato di fagioli, di nuovo uno strato di paglia ecc. Dopo la deposizione in un luogo caldo avviene la fermentazione tramite via naturale anche senza aggiunta di alcuni fermenti.

Poi rimuovere il prodotto dall'incubatore, suddividerlo in recipienti adatti e metterlo per un breve tempo in frigorifero o nel freezer. Il congelamento (e di solito anche solo il raffreddamento in frigo) ferma il processo di fermentazione. Se la soia non viene raffreddata, la fermentazione continua e Il Natto non è mangiabile.

Il Natto è pronto per mangiare se, tolto il film di plastica con il quale è coperto, vengono asportate anche alcune fibre e il prodotto emana un leggero odore di ammoniaca.

RICETTE DI NATTO

In Giappone il Natto viene consumato di solito con la salsa di soia o mescolato con il riso. Un altro modo è mescolarlo con le tagliatelle di grano o grano saraceno o si può aggiungere nelle zuppe calde. Un altro suo impiego trova nelle fresche insalate di verdura.

Crema di NATTA

Natto

Cipolla

Porro

Olio

Shoyu (salsa di soia)

Senape di qualità

Rosolare la cipolla nell'olio, aggiungere il porro tagliato e arrostire con il coperchio fino a quando diventa morbido, salare con la salsa di shoyu, mescolare a piacere con la senape e alla fine aggiungere il Natto (se vogliamo preservare gli effetti positivi alla microflora dell'intestino, la temperatura non dovrebbe superare i 40 °C).

COTTURA LENTA ANCHE NELLA MACCHINA DEL PANE SANA

- Ideale per la preparazione di carni, verdure, zuppe, minestre e altri cibi
- Sfruttamento di vitamine e minerali
- Risparmio energetico e del denaro
- La preparazione veloce risparmia il Vostro tempo
- Cucina senza grassi
- Cottura omogenea
- Non brucia e non essicca
- Facile lavaggio di contenitori

Alcune ricette per diversi tipi di carne:

La carne si può mettere nel recipiente per la cottura del pane e coprire durante la preparazione con i coperchi di vetro per il risparmio energetico o si usa una pentola delle dimensioni adatte e il coperchio o un piatto di vetro. Visto che non si arriva fino al punto di ebollizione, il sugo non evapora come succede in una normale cottura.

Normalmente si deve sempre aggiungere l'acqua per evitare che la carne si bruci. Poiché la carne viene bollita a temperature basse, a 70 - 100 °C, non occorre aggiungere l' acqua, poiché la carne stessa libera il suo sugo e il gusto corrisponde alla carne arrostita. Questo tipo di preparazione rende la carne molto digeribile, non dobbiamo aggiungere i grassi. La cottura dura circa 3 - 12 ore, dipende dal tipo,

dimensioni e la temperatura impostata. La carne si può mangiare gradualmente, quando i membri di famiglia tornano a casa, hanno sempre un cibo caldo e pronto. Vi raccomandiamo di provare! I tempi e le temperature potete impostarle in tre blocchi diversi, dipende quanto presto volete avere tutto pronto. La preparazione più lunga è più delicata. Se aggiungete la verdura che richiede un tempo più lungo, questa si mette sotto la carne.

Carne di manzo Generale:

Il manzo richiede più tempo che la carne bianca. Se vogliamo preparare nella macchina la carne di manzo in pezzi interi, è ideale arrostirla velocemente nel grasso in padella, così si restringe. Solo dopo possiamo insaporirla (con sale, pepe, aglio) e metterla nella pentola con il coperchio, nella quale vogliamo cuocerla lentamente, oppure nella nostra macchina del pane. Poi buttiamo l'acqua nella padella, aggiungiamo il sale a piacere e versiamo il sugo sulla carne nella pentola. Poiché il manzo è più asciutto, possiamo aggiungere la pancetta che lo rende più gustoso. Se il liquido copre la carne, non bisogna girarlo durante la cottura. Se il liquido non copre l'intero pezzo di carne, meglio girarlo durante la cottura, altrimenti la parte non immersa nell'acqua potrebbe asciugarsi troppo.

Il manzo in pezzo intero:

Dopo il veloce arrostimento nella padella, la carne è già scaldata, quindi basta impostare il programma n. 4 COTTURA: BAKE 1 a circa 2 ore e a 90 °C, BAKE 2 a circa 2 ore a 80 °C, BAKE 3 per esempio ad altre 2 ore e di nuovo a 80 °C. (se il tempo di 6 ore non fosse sufficiente, potremmo avviare il programma ancora una volta, ma il BAKE 1 impostiamo alla temperatura di 80 °C.

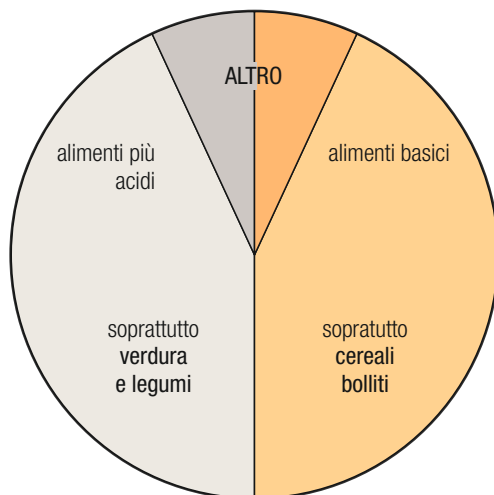
Il manzo fatto in pezzi:

Tagliare la carne, insaporire con le spezie e aggiungere qualche goccia d'olio d'oliva. Possiamo aggiungere una fettina di lardo o di pancetta per ottenere un bell'odore e solo un paio di cucchiai d'acqua. Mettere nella macchina e coprire. Se la carne è fredda (non è stata prima rosolata), impostare il programma n. 4 BAKE 1 a circa 1,5 ore e a 100 °C. Se la carne è stata rosolata, impostare BAKE 1 a 1 - 2 ore e a 90 °C. Altri tempi poi vanno impostati per esempio a 80 °C, come è riportato sopra. La carne diventa morbida probabilmente in 6 ore.

Tacchino, polo, coniglio …:

Il processo è identico come la preparazione del manzo, solo che la carne morbida non va rosolata prima in padella.

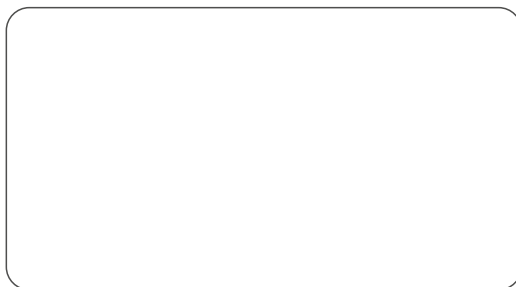
Lavare la carne, tagliare a pezzi, insaporire, aggiungere qualche goccia dell'olio, eventualmente aggiungere cipolla, aglio o altro, mettere nella pentola, coprire e inserire e cuocere nella macchina con il programma n. 4 COTTURA: BAKE 1 impostare a circa1 ora e a 100 °C, altri gradi basta impostare a 80 °C. Il tempo di cottura dipende dalla quantità della carne, dovete provarlo. La carne è di solito morbida dopo sole 3 ore, per la carne di coniglio casalingo bisogna un po'di più del tempo. Il coniglio si può prima arrostire velocemente in padella, in tale caso bisogna salarlo, aggiungere le spezie e l'aglio. Impostare BAKE 1 a 1 - 2 ore e a 90 °C, il grado successivo a 80 °C.

PIATTO ARMONIOSO

Senza riguardo alle usanze, alla nazione, alla fede o al sesso, il pane armonioso deve essere equilibrato secondo questi fattori:

1/ una leggera acidità e dolcezza, la morbidezza, il carattere espansivo ecc. (le caratteristiche contenenti soprattutto nella verdura e legumi)

2/ una leggera basicità, la solidezza, la durezza, il carattere stringente ecc. (le caratteristiche contenenti soprattutto nei cereali).

Ricordate che neanche il miglior medico riesce a curare meglio che un buon panettiere o un cuoco che conosce i requisiti della sana alimentazione!

CONDIZIONI DI GARANZIA

La garanzia è valida dal giorno di vendita dell'apparecchio all'utente finale. In caso di utilizzo della macchina del pane allo scopo commerciale, la garanzia si limita a 12 mesi. La garanzia copre solo i difetti causati dai materiali o dalla costruzione. La garanzia non copre il normale consumo provocato dall'utilizzo della macchina. Il diritto di garanzia può essere avvalso solo previa la presentazione della lista di garanzia debitamente compilata, rilasciata nel momento della vendita, presso il venditore o presso il centro d'assistenza autorizzato. Solo le macchine complete sono accettate a riparazione in garanzia. In caso di un reclamo motivato, il tempo di garanzia da legge si prolunga del tempo che decorre dal momento della presentazione del reclamo dell'utente fino al momento del rilascio della macchina riparata o al momento quando l'utente è obbligato a prelevare la macchina. Tale tempo è documentato nelle bolle di consegna.

Il diritto alla riparazione gratuita decade se la macchina non è stata utilizzata in osservanza al manuale d'uso, è stata danneggiata dal sovraccarico, mancata pulizia o manomissione di una persona non autorizzata, è stata usata allo scopo non previsto, è stata danneggiata meccanicamente, il guasto è stato provocato dall'impiego di materiali o sostanze non idonee o il danno è stato causato dalle forze maggiori.

Periodo di garanzia (anni): ....

Datum prodeje: ....

Timbro e firma del venditore:

CENTRO DI ASSITENZA

Strumenti Sani s.r.o.
Dědina 137, 687 22 Ostrožská Nová Ves
CZECH REPUBLIC
info@prodottisana.it